

青年期における「こころの居場所」に関する研究

—室内画にみられる特徴との関連から—

A Study on “*Kokoro no Ibasho*” in Adolescents.

— The Relation to the Features Shown in Room-Drawing-Technique —

山西洋平*・新美秀和

Yamanishi Youhei, Niimi Hidekazu

要 約

本研究は、青年期の「こころの居場所」をテーマとして取り上げ、青年期にある大学生42名に対して「こころの居場所」に関する自由記述形式の質問紙と室内画を用いて調査を行った。その結果、「こころの居場所」として大きく「一人の世界」「他とのかかわり」「場所や状況」というありかたがみられ、さらに下位に11分類し、それらの特徴を見出した。室内画では、描画の大きさ、部屋が描かれる際の視点、壁の有無において特徴がみられた。「こころの居場所」のありかたと室内画の特徴の関係を調べるために χ^2 検定を行った結果、下位分類である「一人の場所」「動物とのふれあい」「社会的集団」を「こころの居場所」とする人においては室内画の視点に関して特徴が示され、「二者的なかかわり」を「こころの居場所」とする人においては壁の有無に関して特徴が示された。以上を青年期の特徴や対象化の観点から検討し、事例を2つ挙げて考察を行った。

Key Words：こころの居場所、青年期、室内画

問 題

青年期は第二の分離個体化の過程にあたる時期であり、アイデンティティを模索する時期でもある。第二の分離個体化の過程とは Blos (1962) によって提唱されたもので、前思春期頃から始まり、心理的・物理的に親から離れようとしながら、自分のありたい姿、あるべき姿をさまざまな方法によって獲得していく過程のことである。これは E.H.Erikson (1959) のいうアイデンティティの模索という発達課題とも関係しており、青年期がかつて「疾風怒濤の時期」ともいわれたように、心理的負荷の大きい時期であることを示している。

中藤 (2011) は「青年期は思春期から成人への移行の段階であり、個人にとって、これまで生きてきた過去と、これから生きようとする将来が、特に社会的な要素を伴って交錯し、ときに自己の混乱をきたすような危険を孕んだ時期」であることから、「個人のその過程を支える拠り所としての居場所の存在」の重要性を指摘している。

「居場所」という言葉は不登校の子どもの問題を発端として使用されるようになり、不登校になった子どもの学校以外での居場所や学校現場における居場所の確保という点から検討されること

* 聖泉大学卒業生 (2011年3月卒業)

が多かった（住田，2003）が，近年では青年期における居場所についての研究（中藤，2011）や，心理療法における居場所の研究（妙木，2003）など様々なものがあり，「居場所」という概念が使用される領域は広がってきている。それだけ「居場所」は多義的な言葉であり，見方や捉え方によって変わってくるものなのかもしれない。

この居場所を考える際に妙木（2003）は「心の居場所」という表現を用いているが，その理由について「「居場所」というときに私たちが第一に思い浮かべるものは，「より所」「避難所」「ホーム」「住まい」などでしょう。それは私たちがどのようにして，自分を成り立たせているか，そのありかたと関係しているからです。……（略）……心の「居場所がある」というのは，心が「そこにあって大丈夫だ」と思える場，心のスペースをもつということ」と述べている。本研究ではこの妙木の考えを踏まえ，また，mindとしての機能的な「心」ではなく，soul（魂）という意味を込めて使われることの多い「こころ」という表記を用いて，「こころの居場所」を取り上げることとする。

小畑・伊藤（2001）による青年期の「心の居場所」についての研究では，「心の居場所」とそこで感じられる感情，そこでとられる行動，「心の居場所」の意味について，高校生・大学生は「包まれている感じでほっとする（ベッドの中）」「気を遣わなくていいので，心と体が安らぐ（家）」などの回答を示しており，「心の居場所」を何か言葉では表現しきれないような，支えや親しみ，なごみ，あたたかさなどの要素があるものとして感じているように思われる。こういった言葉で表現しきれないものは，非言語的アプローチによってイメージで捉えることが有効ではないかと筆者は考えた。そこで，非言語的アプローチとして心理臨床領域で多く用いられる描画法のうち，本研究では室内画を取り上げ，「部屋」のイメージから「こころの居場所」を捉えていくこととする。

室内画とは，家の絵（家屋画）を描いてもらった後に，その家の中にある部屋を一つイメージし，新しい画用紙に描いてもらう，というものである。室内画の研究はまだ少ないが，空間構成や壁のありかたからその人の対象化の能力や境界のもち方について考察された研究（山森，1999：古野，2005/2008）や，バセドウ病患者の視点と室内画における遠近法との関係を考察している研究（山森，2002）などが報告されている。

本研究では青年期にある大学生の「こころの居場所」のありかたについて，言語記述と併せて室内画のイメージから検討を行うこととした。さらに，具体的に2つの事例を示して考察を行っていく。

方 法

調査対象 近畿圏にあるA大学の1～4年生42名（男子23名，女子19名）。

材料 ①室内画（A 4画用紙2枚，描画後の質問用紙（Post Drawing Interrogation，以後「PDI用紙」と表記する），4Bの鉛筆2本，消しゴム2個。）②「こころの居場所」についての質問紙

質問項目 室内画についてのPDI用紙は、①どんな家か②家の場所③どんな部屋か④部屋の場所⑤描いた絵で外せないところとその理由⑥絵を描く中で感じたことの6つの質問項目で構成した。

また「こころの居場所」についての質問紙は、小畑・伊藤（2001）の質問項目を参考にして、①現在の自分自身のこころの居場所だと思ふ時間・空間を3つ②そこで感じる感情③そこでとる行動④「こころの居場所」をもつことの意味を問う4つの質問項目で構成した。

手続き 調査は個別法で実施した。室内画を実施する際には、画用紙1枚、筆記用具を渡し、「家を一軒思い浮かべてみてください。今住んでいる家、将来住んでみたい家など、どんなものでも結構です。」と教示し、描き終わったらもう1枚画用紙を渡し、「今度は、今描いた家の中の部屋を一つイメージして描いてください。」と教示し、部屋の絵を描かせた。室内画を描き終えてから、PDI用紙を渡して回答を求めた。その後、「こころの居場所」についての質問紙に回答を求めた。PDI用紙、「こころの居場所」の質問紙ともに回答後に補足がないか口頭で質問した。所要時間は1人約30～60分であった。なお、調査期間は2010年8月～10月であった。

結 果

1. 「こころの居場所」の分類

「こころの居場所」の特徴を見出すため、質問紙の回答について臨床心理学を専門とする教員とともに合議による整理を行った(表1)。なお合議による整理は「こころの居場所」でとる行動、感じる感情、それをもつことの意味、口頭での補足を踏まえながら行った。

表1 「こころの居場所」の分類

	分類	定義	人数 (人)	「こころの居場所」 回答例	行動についての回答例	感情についての回答例	意味についての回答例
一人の世界	①一人のとき (状況)	物理的場の特定 されない一人の 時間・状況	5	「一人でいるとき」 「夜中」	「自分勝手な行動。自分のやり たいこと」 「何もせずぼーっとする」	「人に気を遣わなくていい安心」 「周りに気を使わない楽の状態」	「自分という人間を維持する」 「ストレス発散」
	②一人の場所	一人になれる特 定の空間	22	「トイレにいる時」 「自分の部屋」	「ときどき泣く」 「好きなことをしてストレス 発散」	「安心できる」 「一番落ち着くし、好きなこともで きる」	「絶対に一人になれる所、避難場所」 「こころの居場所がなかったら生きていけ ないと思う」
	③趣味をする (状況)	場所を選ばず、 そこで自分の世 界を生み出す	10	「本を読む時」 「車を運転している 時」	「ゆっくりと本を読み進めて いく」 「流れていく風景を見たりし ている」	「本の中に入り込んで人物に感情移 入しやすくなっているように感じ る」 「ゆったりとした気分になれる、周 りや自分の時間がゆっくり流れて いく感じがよい」	「本から感じる感情をうけての心の動きを 感じる」 「バタバタと勉強したりバイトしたりして いる中でも、こころの居場所をもつことで 落ち着くことができるのはじぶんにとって いいと思う」
	④趣味をする 場所	趣味関連の特定 の空間へ自分が 入る	3	「本屋」 「ランニングコース」	「本を読みます」 「走ったり歩いたり、考えご とをしたり」	「とてもあたかくて私を受け入れ てくれる場所」 「子どもとかがそとにいないから」	「ただただ無心にかえる場所。現実の世 界を忘れられる場所」 「精神的に安定すること、悩みを処理す る」
	⑤身体を 休める状態	身体を休めるこ とに「こころの 居場所」の要素 がある	11	「ねてる時」 「風呂に入っている 時」	「一晩ねると、悩み忘れる位 スッパリできる」 「何もしない又は心のおも向 くまま」	「ねる部屋は涼しくておちつける」 「こころが緊張していきなくていいから 。楽やなくて感じる」	「負の状態からリセットできる。がんばれ る」 「ゆとり、安らぎ、いやし」
他との かわり	⑥動物との ふれあい	動物とかかわ ること	2	「ペットと遊んでい る時」 「自然の生物と触れ 合っている時」	「たくさん話す」 「じっとしているだけで幸せ をかんじられる」	「自分を認めてもらっているよう な感じがして、安心する」 「ずっとこの時間がつづけば」と いう感情	「たまったストレスを開放する」 「生きるたすけになる、また、イヤな気分 も少しはやわらく」
	⑦二者的な かわり	密着した関係	10	「恋人という時」 「先生の研究室」	「まったりする」 「先生に話を聞いてもらった り、お茶したり」	「おちつくし、素の自分でいられる」 「認めてもらっている気がする」	「自分らしくいるために必要」 「息抜きになる」
	⑧個人的集団	所属や仲間意識 のある人とかわ かる	18	「友達という時」 「家族という時」	「友達と話したりする」 「談らしたり」	「みんな温かく受け入れてくれる」 「おちつくし、素の自分でいられる」	「自分の気持ちがおちつく。安心出来る」 「自分らしくいるために必要」
	⑨社会的集団	評価を受ける環 境	4	「バイト先」 「ゼミ」	「バイト先でやらなければな らないことをする」 「優等生っぽくする」	「必要にされている感じ」 「楽しい、自信をもてる」	「少しでも必要にされることが気持ちいい から」 「変身？それぞれで違う自分を作る」
場所や 状況	⑩特定の場所	場そのものに 「こころの居場 所」の要素があ る	14	「車の中」	「だらける。ぐたーってする」	「安心、落ち着く」	「ありのままの自分を出せる場所がある ということ」(補足)「車の中は他人の車でも 好き。匂いとか、狭い空間やけど外が見え て、とじられてるわけじゃない感じがいい」
	⑪特定の状況	状況そのものに 「こころの居場 所」の要素があ る	7	「晩御飯の後からね るまで」 「車の助手席」	「気をつかったりせずありの ままの自分でいられるから」 「落ち着いて動かない一動き たくない」	「しゅみに走れる時間と場所だから 楽しい」 「癒し。眠ったら怒られるので眠ら ないようにする」	「自分と他人の違いを明確にする」 「次に動くための休養時間」

川島（2010）による先行研究にも示されている通り、本研究においても「自分の部屋」や「一人の時間」のような「一人の世界」が「こころの居場所」として多く答えられていた。そして、部活動やゼミのような「他とのかかわり」をもつことが「こころの居場所」だという回答もみられた。また、何かとのかかわりの有無の要素よりも、特定の状況や場に入ることにより「こころの居場所」を感じている場合もみられたが、これは「場所や状況」優位のありかたとして別に分類した。これらの「一人の世界」「他とのかかわり」「場所や状況」という「こころの居場所」としてのありかたにも様々なものがあると考えられたため、さらに下位の分類を行い、11の「こころの居場所」の特徴が抽出された。なお、表1の人数は42人中何人がその下位分類に該当する回答をしたかでまとめている。

表1より、まず、「一人の世界」に下位分類された5つを示す。

①「一人のとき（状況）」には、一人でいる状況や時間帯が「こころの居場所」の要素であるものを分類した。これには例えば、「一人でいるとき」を「こころの居場所」に挙げ、そこでは「自分勝手な行動、自分のやりたいこと」をしていて、その時に「人に気を遣わなくていい安心」を感じていて、それには「自分という人間を維持する」という意味を感じている回答などがある。

また一人という状況であっても、特定の「トイレ」という空間で「ときどき泣く」、そのときに「安心できる」と感じていて、そこに「絶対に一人になれる所、避難場所」という意味を感じているとする回答などのように、一人になれる「場」が「こころの居場所」であるというものも多くみられた。これは「一人でいること」の他にその「場」自体の雰囲気や環境の影響、また、その場に入るという行動が「こころの居場所」の要素として大きい可能性があると考えられたため、①「一人のとき（状況）」とは別に②「一人の場所」と分類することにした。

③「趣味をする（状況）」には、例えば「本を読む時」を「こころの居場所」として挙げ、そのときには「ゆっくりと本を読み進めて」いき、「本の中に入り込んで人物に感情移入しやすくなっているように感じ」、「本から感じる感情をうけての心の動きを感じる」ことに意味を見出している回答などを分類した。これは、趣味などで好きなように過ごしたり、何かに没頭したりして過ごせることで自分の世界がもて、そこに「こころの居場所」の要素を感じるという点において、①「一人のとき（状況）」の分類とは大きく異なってくると考えた。また、①「一人のとき（状況）」と②「一人の場所」を区別した理由と同様に、③「趣味をする（状況）」に加えて、④「趣味をする場所」という分類も作成した。

⑤「身体を休める状態」には、例えば「ねてる時」に、「ねる部屋は涼しくて落ち着ける」と感じていて、「負の状態からリセットできる、がんばれる」ことに意味を感じているものなど、身体を休めることに「こころの居場所」を見出している回答を分類した。

次に、「他とのかかわり」に下位分類された4つを示す。

⑥「動物とのふれあい」は、例えば「ペットと遊んでいる時」を「こころの居場所」として挙げ、そのときには「たくさん話す」ことをして、「自分を認めてもらっているような感じがして、安心する」と感じていて、「たまったストレスを開放する」ということに意味を感じているものなど、動物とかわることが「こころの居場所」となっている回答を分類した。

⑦「二者的なかかわり」は、例えば「恋人といる時」を「こころの居場所」として挙げ、そのときには「まったく」とし、「おちつくし、素の自分でいられる」と感じていて、「自分らしくいるために必要」なところに意味を見出している回答など、相手との密着した関係に「こころの居場所」としての要素を見出している回答を分類した。

⑧「個人的集団」は、例えば「友達といる時」を「こころの居場所」として挙げ、そのときには「友達と話したり」し、「みんな温かく受け入れてくれる」と感じ、「自分の気持ちがおちつく。安心出来る」ことに意味を感じている回答など、所属意識や仲間意識のある人とかかわることに「こころの居場所」としての要素を見出している回答を分類した。

⑨「社会的集団」は、例えば「バイト先」を「こころの居場所」として挙げ、そこでは「バイト先でやらなければならないことをする」中で、「必要にされている感じ」、「少しでも必要にされることが気持ちいい」ことに意味を感じている回答など、評価を受ける環境の中に「こころの居場所」の要素を見出している回答を分類した。

最後に、「場所や状況」に下位分類された2つを示す。

⑩「特定の場所」には、例えば「車の中」を「こころの居場所」として挙げ、そこで「だらける。ぐた一つてする」ことで、「安心、落ち着く」と感じ、「ありのままの自分を出せる場所があるということ」に意味を見出し、補足で「車の中は他人の車でも好き。匂いとか。狭い空間やけど外が見えて、とじられてるわけじゃない感じがいい。」と語られていたものなどを分類した。これらは、ここまでみてきた対人関係的視点よりも、「場」そのものに「こころの居場所」の要素があるものである。

⑪「特定の状況」は、例えば「晩御飯の後からねるまで」を「こころの居場所」として挙げ、「気をつかったりせずありのままの自分でいられる」ことで、「しゅみに走れる時間と場所だから楽しい」気持ちになり、「自分と他人の違いを明確にする」ことに意味を見出す回答など、対人関係的視点や「場」よりも「状況」そのものが「こころの居場所」の要素となってくるものを分類した。

2. 室内画の特徴と「こころの居場所」各分類との関係

次に、室内画の特徴を探るために臨床心理学を専門とする教員と描画を眺めたところ、(1)描画の大きさと、山森(1999/2002)や古野(2005/2008)の先行研究にも挙げられている(2)描画が描かれる際の視点(部屋の内側から見た絵か外側から見た絵か)と、(3)壁の有無について特徴がみられると考えられたため、分析の項目として設定した。

(1)大きさは、画用紙3分の2より大きく描かれたものを「大きい」、3分の1より小さく描かれたものを「小さい」、その間を「標準」と判定した。(2)視点は、室内画を部屋の内側に立った視点から描かれたものを「内側」、部屋の外側に立った視点や配置図的に描かれたものを「外側」と判定した。(3)壁の有無は、壁が何らかの形で描かれているものや、窓が描かれることで壁があることが示唆される描画を「壁あり」、壁と窓が存在しない描画を「壁なし」と判定した。

さらに、「こころの居場所」の各分類において、これらの室内画の特徴に違いがみられるかを調べるために χ^2 検定を行った(表2)。

表2 室内画にみられた特徴と「こころの居場所」の χ^2 検定の結果

室内画の特徴 「こころの居場所」 の分類	(1) 大きさ			(2) 視点		(3) 壁の有無		
	大きい	標準	小さい	内側	外側	壁あり	壁なし	
①一人のとき(状況)	①	0	2	3	1	4	5	0
not①		13	12	12	16	21	26	11
②一人の場所	②	5	8	9	3	19	18	4
not②		8	6	6	14	6	13	7
③趣味をする(状況)	③	3	3	4	6	4	6	4
not③		10	11	11	11	21	25	7
④趣味をする場所	④	1	0	2	2	1	3	0
not④		12	14	13	15	24	28	11
⑤身体を休める状態	⑤	3	4	4	5	6	9	2
not⑤		10	10	11	12	19	22	9
⑥動物とのふれあい	⑥	1	0	1	2	0	1	1
not⑥		12	14	14	15	25	30	10
⑦二者的なかかわり	⑦	3	2	5	4	6	5	5
not⑦		10	12	10	13	19	26	6
⑧個人的集団	⑧	7	7	4	7	11	13	5
not⑧		6	7	11	10	14	18	6
⑨社会的集団	⑨	2	2	0	0	4	2	2
not⑨		11	12	15	17	21	29	9
⑩特定の場所	⑩	7	4	3	7	7	10	4
not⑩		6	10	12	10	18	21	7
⑪特定の状況	⑪	2	3	2	4	3	5	2
not⑪		11	11	13	13	22	26	9

*p<.10 **p<.05 ***p<.01

表中の数字は該当者数

表2より、(1) 室内画の大きさについては、「こころの居場所」の各分類においていずれも有意差はみられなかった。(2) 室内画の視点については、②「一人の場所」において有意差がみられ ($p < .01$)、「一人の場所」を「こころの居場所」として挙げた人の室内画は外側からの視点で描かれる比率の高いことが示された。また、⑥「動物とのふれあい」と⑨社会的集団においても有意傾向がみられ (共に $p < .10$)、「動物とのふれあい」を「こころの居場所」として挙げた人の室内画は内側からの視点で描かれる傾向にあり、「社会的集団」を「こころの居場所」として挙げた人の室内画は外側からの視点で描かれる傾向にあることが示された。(3) 描画の壁の有無については、⑦「二者的なかかわり」において有意差がみられ ($p < .05$)、「二者的なかかわり」を「こころの居場所」として挙げた人の室内画は、壁を描かない比率の高いことが示された。

考 察

1. 青年期における「こころの居場所」のありかた

「こころの居場所」についての質問紙の結果(表1)から、青年期の「こころの居場所」の性質には大きく、「一人の世界」になること・「他とのかかわり」で感じられること・特定の「場所や状況」において得られるもの、といった特徴がみられた。それらのありかた自体はそれぞれに異なっているが、そういった関係や状況、場の中で、「息抜き」「ストレス発散」「落ち着く」「休む」などのように外の世界での疲れを癒したり、切り替えをしたり、「自分をオープンにできる」「温かく受け入れてくれる」「自分を認めてもらっているような感じ」「友達と楽しく過ごす」などの

ように仲間意識をもったり承認されたり甘えたりできる関係を求めたり、「したいことをする」「楽しいところ」「気を遣ったりせずにありのままの自分でいられる」などのように自分のしたいことを楽しんだり、没頭したり、「自分の長所・短所を見つけられる」「自分と他人の違いを明確にする」「悩みを処理する」などのような自己分析をしたり、その過ごし方や意味合いには共通するものが多くみられた。

思春期から成人期への移行の段階である青年期では、人とかかわりの（人とかかわらないという人とかかわりかたも含めた）中で、自分のしたいことをしたり、何かに没頭したり、自己分析をしたりすることはアイデンティティを模索する中では大切な作業である。それが「安心できる場所」「ありのままの自分が出せる場所」などと感じられることの多い「こころの居場所」で行われていることは非常に興味深く、このような安心感を礎にしてアイデンティティ獲得という自立の過程が歩まれるのだろうか。その要請に応じて「こころの居場所」にはそれぞれ個人が求める要素があり、また「一人の世界」「他とかかわり」「場所や状況」といったありかたの違いにもみられるように、それぞれの「こころの居場所」が適度な経験と失敗を重ねていく中で、個人の内界から外の世界との関係性においても「こころの居場所」の位置づけが変化していくのかもしれない。

2. 室内画の特徴と「こころの居場所」のありかたとの関係について

次に、「こころの居場所」の各分類と室内画の特徴との関連について検討する。

表2より、②「一人の場所」を「こころの居場所」として挙げる人は、室内画を外側からの視点で描く比率が高いという結果になった。

「一人の世界」において唯一、②「一人の場所」が外側からの視点で描かれることに有意な結果が出たのは、ときや状況や状態に比べて、場所は物理的特定可能な明確さがあることが考えられる。なお、④「趣味の場所」も場所ではあるが、これは用意されている場や公共的なものであることが多く、これに比べて②「一人の場所」は主体的に選択されたものや、個人的場であることが特徴的である。こういった主体的に選択された「こころの居場所」を客観的に提示することと、個人的な生活感が出てしまうことのある室内画を外側から客観的に提示しようとすることは共通の特徴であるといえるだろう。このように考えると、「こころの居場所」を②「一人の場所」と回答する人は、人間関係において他者への配慮や気遣いを意識しすぎて気疲れしている人である可能性がある。また、「こころの居場所」が特定された明確な物理的場として存在するということは、それがイメージとしてこころの中に内在化されていないということが示唆される。こういった人たちにとっての「こころの居場所」は、外界との境界をもてて自分の守りとなり、支えとなる具体的な要素であることが重要なだろう。

⑨「社会的集団」を「こころの居場所」として挙げる人においても室内画を外側からの視点で描く傾向があるという結果が出た。⑨社会的集団を「こころの居場所」とする人は、⑨「社会的集団」に自己との同一性を感じ、自分の目標や願いもその社会的集団とある程度合致していることが考えられる。しかし、集団と個人の思いが完璧に合致するということはまずあり得ないため、

合致しない部分に妥協できる能力がある人たちなのかもしれない。このような人たちには、外からの評価を通して自分の「こころの居場所」が作られるという特徴があり、「他人からみた自分」のような、自分への意識や視点が外側に置かれやすい傾向にあることが考えられ、これが室内画の描かれ方に影響したのではないだろうか。

⑥「動物とのふれあい」を「こころの居場所」として挙げる人は、室内画を内側からの視点で描く傾向があるという結果になった。「動物とのふれあい」の回答者数が少ないため、量的に分析することは困難だが考えられることを述べていく。「動物とのふれあい」に対して「ずっとこの時間が続けば」、「生きる助け」、「心がおちつく」、「自分を認めてもらっているような感じ」といった回答があったが、これらは井原（2006）がコンパニオンアニマルの果たす役割として挙げている育児感覚の育成と移行対象的役割と（治療的）退行促進の3つの内容に類似する。コンパニオンアニマルとは、ペットという上下関係を含む表現ではなく、動物とはお互いが助け合っていて対等な立場であることに目を向けた表現である。井原の挙げている3つの役割に共通していることは、二者関係の再現と三者関係への移行の手助けをしているという点である。内側の視点から室内画を描くことは、その部屋の中に自分、あるいは自分の目の役割をするものがあることを意味し、対象化*された部屋であると言い難いため、二者関係寄りの描かれ方であるといえる。しかし、部屋の中にある家具などに対しては、外側からの視点よりも立体表現やみえ方に気を配る必要があるために、より対象化が必要である。外側から見た客観的な視点よりも、その中に入って内側にあるものに目を向けることは、二者関係の再現と三者関係への移行の手助けにつながる部分があり、動物とのかかわりとの共通点として考えられるのではないだろうか。

⑦「二者的なかかわり」を「こころの居場所」として挙げる人は室内画に壁を描かない比率が多いという結果となった。壁を描くことは外の世界と内の世界を区別し、境界を作ることを意味するが、「二者的なかかわり」は壁や境界、決まりなどがなく、密着した関係であるためにこのような結果となったことが考えられる。

以上のように、本研究では、室内画における視点や壁といった特徴が「こころの居場所」のありかたと関係があることが示唆された。しかし、統計的な検証については未だ途上である。そこで、調査中の様子や結果をみて印象的と筆者が感じたAさんとBさんの事例を取り上げて紹介していく中で「こころの居場所」のありかたについて検討を深めることとする。

3. 事例検討

事例1 Aさん

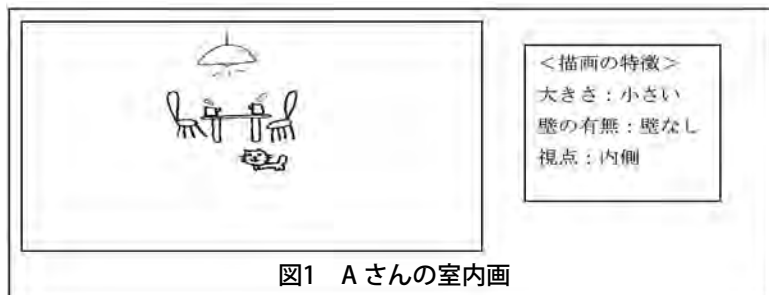


図1 Aさんの室内画

*対象化：密着しすぎていて自己との分離を認識できていないものを、自分とは違うものであると区別できるようになること。

表3 Aさんの「こころの居場所」の回答

「こころの居場所」の回答	行動についての回答	感情についての回答	意味についての回答	補足	分類
彼氏や友達と一緒にいるとき	自分の身の周りのことをしゃべる	落ちついた感じ。リラックスできてるかんじ。気を使わないので、さらけ出せるから幸せ。	ストレスを解消できる。自分を認めてくれる存在があるってことを感じる。ができる。こころ。がまんしなくていい大切な場所。	こころの居場所は考えたことなかった。楽しかったり落ち着けると思うところ。「彼氏や友達と一緒にいるとき」が大きい。わかってくれる人。本音を言い合える。「運転しながら好きな音楽きいてるとき」「部屋にいてゴロゴロしてるとき」は一人だから大切さは同じくらい。「彼氏や友達と一緒にいるとき」の行動は一人のときと変わらない。	⑦「二者的な関係」 ③「趣味をする（状況）」 ⑤「身体を休める状態」
車運転しながら好きな音楽きいてるとき	うたう				
部屋にいてゴロゴロしてるとき	ゴロゴロする				

PDIによると、この部屋は「みんなでごはんを食べるところ」であり、「机とイス」は「ゆっくりするのに必要」と回答している。補足では「家は小さくて、二人で暮らして十分ぐらい」「この部屋だけキッチンとかがある。人とかかわらないでゆっくりできる。」という設定を話していた。また、家屋画に対するPDIにおいて、この家は「森の中」にあり、「窓」は「外を見るのに必要」という設定があった。椅子の脚以外は立体的に描かれているものがなく、壁も描かれていないが、猫の立ち位置によって部屋に奥行きがあるようにみえる。描画全体の大きさとしては小さめである。描画の過程を見てみると、机、椅子、電気の順に描かれて、いったん完成してから、PDIに「紙の割に、自分の絵が小さいし、シンプルすぎる気がする。ちょっとさみしい感じ…」と書いた後にカップと猫、そして電気の明かりの線を描いている。

Aさんの室内画は描線が柔らかく、猫の存在やカップから出る湯気、明かりなどから全体的にあたたかい印象を受け、安息や安らぎ、生命力を感じる描画である。また、室内画の中に自分が誰かと一緒に生活している点や、「森の中」にあって「人とかかわらないでゆっくりできる」という設定がしっかりとイメージされている。「住みたい家」をイメージして描かれたこの癒しの要素のある室内画をみていると、Aさんは人とかかわることにゆっくりできないと感ずることがある一方で、一緒にそこに住みたいと思えるような人もいるのであろう。また、家屋画の「窓」は「外を見るのに必要」と回答している点から、Aさんが外の世界に興味をもっていることも想像できる。

Aさんの室内画は小さいが、この設定からは、確かに大きく描くよりもこじんまりと落ち着いた絵のイメージがわきやすい。立体感の求められる室内画を描くことの難しさと部屋を描くことでプライベートをみられるかもしれないという恥ずかしさを感じる人が調査中に複数みられたが、こういった感情が描画の大きさに影響を与えていたことも考えられる。室内画における大きさの基準やそこから読み取れる内容は他の描画法とは別に基準を設定した方がよいのかもしれない。

次に、Aさんの「こころの居場所」として挙げられた3つの回答についてまとめてから室内画との共通点を探る。Aさんは「こころの居場所」に「彼氏や友達と一緒にいるとき」「車運転しながら好きな音楽きいてるとき」「部屋にいてゴロゴロしてるとき」を回答している。これらは、「こころの居場所」の要素を場所そのものというよりも、自分のありかたや人とかかわり方に重きを置いていると考えられる。恋人や友人との密着した関係や車という閉じられた空間で、守られていながらも自由に操作できる空間の中に入って遊ぶこと、身体を休めてエネルギーを補給することは、乳幼児期における母子分離の過程で現れる現象にみられるイメージと重なるものがある。

Aさんは室内画に2つの椅子とカップを描き、PDIにおいて「二人で暮らして十分ぐらいの広さ」

というイメージと同時に、「人とかわらないでゆっくりできる」ということも語っている。これは、密着した人間関係である二者関係における生活を指しているように思われる。この二者関係への志向は、「こころの居場所」として回答された「彼氏や友達と一緒にいるとき」やその説明としての「認めてくれる存在があるってことを感じるができる」「我慢なくていい大切な場所」「リラックスできてる感じ、気を使わないのでさらけ出せるから幸せ」と回答している点と共通している可能性がある。

このようなイメージは Winnicott の「絶対的依存」と関連して考えることができるだろう。「絶対的依存」とは、自分自身が人に依存しているという意識すらしないような、生まれたての赤ん坊にみられる原初的な人間関係のことである。また、その発達の意味として、Winnicott (1965) の「一人でいられる能力」の獲得がある。「一人でいられる能力」には、一人でいて孤独に耐える能力と誰か他人と一緒にいて吞み込まれる脅威を感じないですむ能力という2つの側面がある。Aさんは「こころの居場所」で「絶対的依存」のような二者関係に安らぎながらも、しっかりと依存の対象である「彼氏や友達と一緒にいるとき」というものを対象化できており、さらにそこに求めるものも自覚しているため、「一人でいられる能力」が確立できる状況や状態をもているといえるだろう。そして、その原初的な光景が室内画とPDIにおいて表現されたのではないだろうか。

その一方で、室内画の「壁の有無」という指標において、Aさんは「壁なし」に分類される。壁がない、すなわち境界線のない描画に対して徳田(1981)は「境界線が欠如すれば家が家として成り立たず、……(略)……まさに内部空間と外部空間のboundaryに関わる」として、壁がない人は自我境界(Federn, 1952)が確立していない場合があると述べている。しかしAさんにおいては「こころの居場所」にも具体的場だけではなく状況や状態を述べていることや、「一人でいられる能力」を確立できる状況や状態をもていっていることを考えると、Aさんのなかには「こころの居場所」というイメージが確立しているため、具体的な場の特定を意味する壁を描く必要がなかったのだと考えられるのではないだろうか。

また、室内画を描く際には対象化できることが重要となるが、古野(2008)は、これによって、「見る」私と「いる」私が生じるとし、「見る」私とは“描く”という行為が要請した主体であって、「いる」私を客体化する働き」があると述べている。これは、AさんがPDIの質問項目に回答する中で、室内画の中に「いる」私に具体的な設定が肉付けされていき、絵を描いている「見る」私がそれを見つけることで世界が膨らみ、室内画が豊かになったことにもあてはまるだろう。このようにして生まれた豊かな物語性のある世界観は、Aさんが室内画という課題の中で自由に遊ぶ中で生じた貴重な産物なのだろうと考えると、同席していた筆者は感動を覚えた。また、ここで生じた室内画の豊かさと描画過程は、Aさんの「こころの居場所」のあたたかさと、それが形作られていく過程を教えてくれているように思えた。

事例2 Bさん

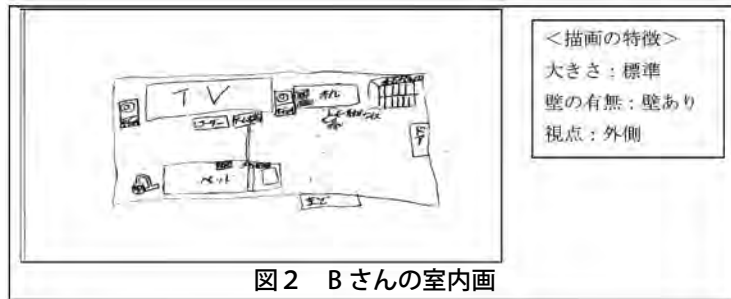


表4 Bさんの「こころの居場所」の回答

「こころの居場所」の回答	行動についての回答	感情についての回答	意味についての回答	補足	分類
自分の部屋	好きな事をしてストレス発散する。	本当の自分とか素の自分で一番落ちつくし、好きな事もできる。外界で受けたストレスは全部、自分の部屋で軽減していると思う。	3つとも共通で、こころの居場所がなかったら生きていけないと思う。	落ちつく部屋みたいなところ。1人が一番好き。人と会うのが・・・誰かいると駄目。「自分の部屋での感情に書いた「本当の自分」は、どれが本当の自分かわかんけど・・・」「車の中の感情は阿て書いたらいいやろな・・・。外での自分（社会的に望ましい自分）が落ちつくところ。で、自分の部屋は本当（素）の自分が落ちつける。」「自分の車は一人で座ってる。」「自分の部屋」「車の中」は隔離された空間。他人に対していつもネガティブに考えてしまう。	②「一人の場所」
車の中	ボーとして考えている事が多い。	外での自分が一番落ちつける場所。			②「一人の場所」
1人の時間	1人の時間は状況によって変わる。	1人の時間は、自分の部屋と車の中と共通で落ちつける。自分の部屋と車の中は1人ではいる事が少ない。			①「一人のとき（状況）」

Bさんの室内画は配置図的で、部屋の全体像を見下ろした状態となっている。描かれているものは具体的で、Bさんの好きなものや生活のありかたがなんとなく想像できる。ベッドまで伸びたゲームのコントローラーやノートパソコン、携帯電話をみると、Bさんはこのベッドにいたことが想像できる。また、消しゴムを使いながら一つ一つ丁寧に絵が描かれ、描画中Bさんは「○○が描けない△△はどうしよう」とつぶやいていて、描きたいことが表現しきれない様子が見られた。その中でもテレビの存在はBさんにとって大きいようである。しかし、テレビを描こうとしてもなかなか描けずに、先にベッドを描いた。枕の位置などにもこだわりながら、それが描けた後にやっと大きなテレビが登場した。ベッドよりも大きなテレビであった。ベッドという、自室での自分の居場所を描くことで大切なテレビを描くことができたのだろう。描画後もイメージが膨らんでいるらしく、「クーラーやエアコンを忘れてた、必須や」とも言っていた。Bさん独自の世界が室内画で広がっていて、筆者は興味深くその様子をみていた。

Bさんが「こころの居場所」として回答した「自分の部屋」は、この室内画ほどはほしいものがそろっていないにしても、過ごしやすい空間なのだろう。Bさんの室内画がしっかりと壁で区切られており、快適な家電が完備されていて環境も詳細に設定された部屋であることを考えると、Bさんの「こころの居場所」としての「自分の部屋」にあるものの物質的豊富さが想像される。外側からの視点で、しかも配置図的な描かれ方であることから現実的・物理的な存在として捉えている意識が感じられるが、ものが使いやすいように配置されている様子からは、無機質ではなくBさんの気持ちの通ったものとしてのイメージが伝わってくる。Bさんが心身を休めることができるのは、このように他からはっきりと区切られて独立した、家具や道具が自分仕様に配置された具体的イメージのある、一人になれる特定された空間・状況であることが窺われる。

また「こころの居場所」についての補足では「誰かがいるとだめ」とも語られており、対人関係に緊張を感じやすいような側面も見受けられたが、描画から自分のイメージ展開がなされていたような今回の調査の場においては積極的にかかわっており、適応しているように見えた。しっかりと自分の世界を保つことで、社会に適応した自分を維持する力をもっているように思われる。

4. まとめ

本研究においては、質問紙での記述と室内画に表現された特徴から青年期の「こころの居場所」のありかたを捉え、言語的・非言語的側面からの考察を試みた。今回は調査過程における調査対象者とのやりとりを重視し、「こころの居場所」の捉え方も個々の言葉や描画イメージに基づいた探索的な提示となったが、今後は、対象化・自我境界といったテーマと青年期としての発達に關しての考察を深めること、さらに量的な観点からも検討を行うことが課題であろう。

謝 辞

本論文は、第一執筆者である山西が平成22年度に聖泉大学人間学部人間心理学科へ提出した卒業論文を加筆・修正したものです。主査の國松典子先生にはたくさんのご指導をいただき、副査の炭谷将史先生には貴重な助言やコメントをいただきました。先生方に深く御礼申しあげます。そして、本調査にご協力下さった42名の皆様には非常にエネルギーの必要な作業をしていただきました。深く御礼申し上げます。

文 献

- Blos,P. 1962 *On Adolescence:A Psychoanalytic Interpretation*. New York : The Free Press of Glencoe. (野沢栄司 (訳) 1971 青年期の精神医学 誠信書房)
- Erikson,E.H. 1959 *Identity and the Life Cycle*. Psychological Issues, 1 , pp1-171 New York : International University Press. (小此木啓吾 (訳編) 1973 自我同一性—アイデンティティとライフサイクル 誠信書房)
- Federn,P. 1952 *Ego Psychology and the Psychoses*. New York : Basic Books.
- 古野裕子 2005 描画解釈における「空間構成」の意義と課題 京都大学大学院教育学研究科紀要51 pp193-203
- 古野裕子 2008 室内画における「まなざし」についての一考察 心理臨床学研究26 pp455-465
- 井原成男 2006 移行対象の臨床的展開—ぬいぐるみの発達心理学 岩崎学術出版社
- 川島加菜 2010 描画にあらわれる『心の居場所』感—青年期・成人期を対象として— 臨床心理学研究 8 pp93-109
- 妙木浩之 2003 「心の居場所」の見つけ方—面接室で精神療法家がおこなうこと 講談社
- 中藤信哉 2011 青年期における居場所についての研究 京都大学大学院教育学研究科紀要57 pp153-165

- 小畑豊美・伊藤義美 2001 青年期の心の居場所の研究—自由記述に表れた心の居場所の分類—
情報文化研究14 pp59-73
- 住田正樹 2003 子どもたちの「居場所」と対人的世界の現在 九州大学出版 pp3-17
- 徳田完二 1981 AnorexiaNervosa に関する一研究—描画テストを用いて— 京都大学大学院
修士論文
- Winnicott,D.W. 1965 *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*. London :
Hogarth Press. (牛島定信 (訳) 1977 情緒発達の精神分析理論 岩崎学術出版社)
- 山森路子 1999 室内画に表現される内的世界についての一考察：境界づけられていない空間
イメージをめぐって 京都大学大学院教育学研究科紀要45 pp373-381
- 山森路子 2002 バセドウ病患者の空間構成の特徴とその意味 心理臨床学研究20 pp35-43